

Die Senioren Programme am LMZ

Digitalisierung als Chance für ein selbstbestimmtes Leben

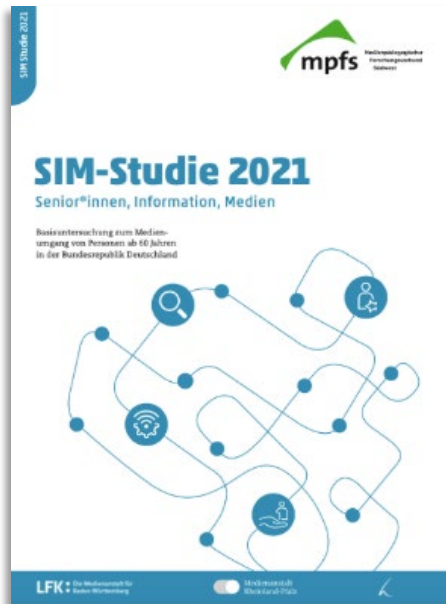
Lukas Schega

Was machen wir?



SENIOREN
MEDIENMENTOREN
PROGRAMM

Medienumgang von Personen ab 60 Jahren



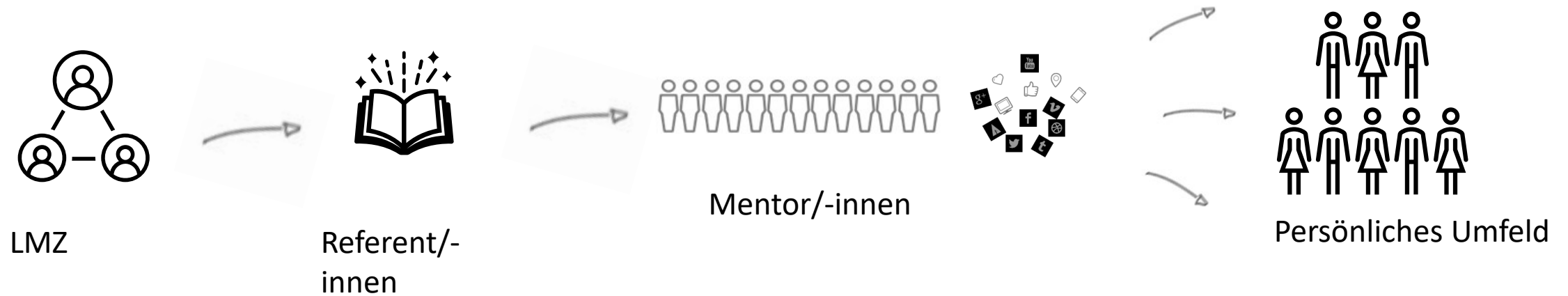
- Nutzung smarterer Geräte mit zunehmendem Alter: kaum bis gar nicht
 - Internetnutzung bei jeder/-m Zweiten über 80 Jahren nicht gegeben
 - mit zunehmendem Alter immer schlechtere Bewertung der subjektiven Smartphone-Kenntnisse
 - Inhomogenes Bild hinsichtlich des Digitalisierungsgrades
 - Bedarf an kontinuierlicher Unterstützung/Information auch bei Onlinern und Fortgeschrittenen gegeben
- **unterschiedliche Unterstützungsbedarfe**

Medienfit im Alter: Vorträge und Workshops für ältere Mediennutzer/-innen

- › Datenschutz und Sicherheit im Netz
- › Nutzung von Suchmaschinen
- › Umgang mit sozialen Medien
- › Vorbereitung des digitalen Nachlasses
- › Einführung in Videokonferenzen
- › Die Veranstaltungsdauer eines Vortrags beträgt 90 Minuten und die eines Workshops 120 bis 180 Minuten.

Die SeMM-Schulung

- › Die Digitalisierung schreitet ständig voran
- › Die Digitalisierung kann Druck auf Senior/-innen ausüben
- › Sie helfen dabei weiter, selbstbestimmtes Leben zu ermöglichen
- › Weiterhin gesellschaftliche Teilhabe zu ermöglichen



Aufbau der Tage Mentoren-Schulung

- › Dauer der SeMM-Schulung
- › 3 Tage
- › 10 Stunden
- › Tag 1 - 3 Stunden
- › Tag 2 - 4 Stunden
- › Tag 3 - 3 Stunden



Inhalte der SeMM-Schulung

- › **Allgemeine Einführung in die Welt des LMZs und SeMM**
- › **Nutzung von Materialien**
- › Der Treffpunkt Internet
 - Geräte und Programme
 - Internet
 - Datenschutz und Datensicherheit
 - Start-Hilfe-App etc.
- › **Mentoring**
 - Mentoring in der Praxis
 - Einsatzmöglichkeiten
 - Zielgruppenspezifische geeignete Lehrmethoden und Veranstaltungsformate

Materialien



**TREFFPUNKT
Internet**
Tipps zur zielgerichteten Nutzung von Medienangeboten und Online-Diensten

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	2
EINLEITUNG Wie man die Broschüre liest	4
1. KAPITEL Geräte und Programme	6
2. KAPITEL Das Internet	11
3. KAPITEL Datenschutz und Datensicherheit	17
4. KAPITEL Kommunikation über das Internet	22
5. KAPITEL Soziale Netzwerke	27
6. KAPITEL Unterhaltung im Internet	30
7. KAPITEL Online informieren	35
8. KAPITEL Online einkaufen und bezahlen	40
9. KAPITEL Online-Banking	44
10. KAPITEL Die digitale Zukunft	48

TaskCards zu jedem Kapitel

Treffpunkt internet: Geräte und Programme
Hier finden Sie die neuesten Inhalte zum Kapitel Geräte und Programme.

- Informationen zum Programm**
 - Initiative Kindermedienland
- Kaufentscheidungshilfen**
 - Blickpunkt Speicherplatz
 - Was kann mit einem Smartphone eigentlich alles machen?
 - Wie viel Speicher braucht ein Smartphone?
 - Wie viel Speicher braucht ein Smartphone?
 - Welches Gerät passt zu mir?
 - Smartphone-Kauf: Welches Gerät passt zu mir?
 - IOS oder Android?
- Informationen zu den Geräten**
 - Smartphone Einstellungen
 - Bedienhilfen bei Android
 - Geräte mit Android
 - Android - Wissen kompakt
 - Geräte mit Apple iOS
 - IOS - Wissen kompakt
 - Selbstkurs iPad für Anfänger/innen
- Bedienhilfen**
 - Blickpunkt Gesten
 - Blickpunkt Bedienhilfen
 - Bedienhilfen bei Android
 - Wie aktiviert man Bedienhilfen bei Android-Geräten?
 - Bedienhilfen bei Apple iOS
 - Wie aktiviert man Bedienhilfen bei Apple-Geräten?
- Apps**
 - Gute Apps, schlechte Apps - woran kann man sie erkennen?
 - Apps - Geräte mit Android
 - So lädt man eine App herunter
 - App-Berechtigungen bei Android
 - So löscht man Apps (Android)
 - App-Checker von Mobiltelefonen
 - Erweiterte Informationen zu Apps im Play Store (Android)
 - Apps im Play Store
 - Geräte mit Apple iOS
- Apps verstehen und App-Berechtigungen einstellen**
 - Orientierung in Apps
 - App-Berechtigungen bei Android
- Apps und Datenschutz**
 - Apps und Datenschutz - so sichern Sie Ihre Daten
 - Sicherer Umgang mit Apps



INHALTSVERZEICHNIS

Einleitung	3
1. Offlinerinnen und Offliner	6
1.1 Aktuelle Studien zu Offlinerinnen und Offlinern	6
1.2 Offlinerinnen und Offliner aktiv ansprechen	7
Artikel in den Printmedien	7
Auf die Bedürfnisse von Seniorinnen und Senioren angepasste Flyer	7
Persönliche Gespräche	8
2. Wertschätzender Umgang mit der Zielgruppe	8
2.1 Ins Gespräch kommen	8
2.2 Begegnungen auf Augenhöhe	10
Beispiel 1: „Ich bin jetzt schon so alt, ich brauche das nicht mehr.“	10
Beispiel 2: „Was soll mir das denn bringen?“	11
Beispiel 3: „Ich muss das erst gar nicht probieren, ich kann das ja doch nicht.“	11
Beispiel 4: „Ich habe Angst, dass ich etwas falsch oder kaputt mache.“	11
Beispiel 5: „Ich will das nicht.“	12
3. Die technische Grundausstattung	13
3.1 Leihgeräte	13
3.2 Der Kauf eines eigenen Geräts	14
4. Die Einstellungen	15
5. Die Rahmenbedingungen	16
6. Die Angebote	17
6.1 Beratung	17
6.2 Workshop	17
Workshops in Gruppen	17
Der erste Workshop	18
Technische Hinweise zu den Workshops	19
7. Didaktische Tipps	20
Beschränken Sie sich auf Standard-Apps	20
Verwenden Sie Schritt-für-Schritt-Anleitungen	20
Legen Sie die Dauer des Workshops fest	21
Gehen Sie in kleinen Schritten voran	21
Seien Sie achtsam beim Präsentieren und Vermitteln	22
Passen Sie das Lerntempo an	22
Setzen Sie Prioritäten	22



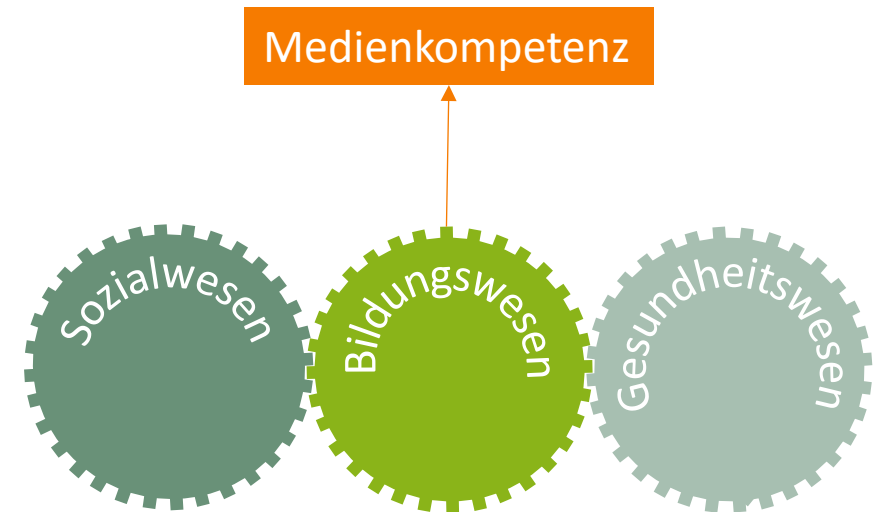
gesund
und digital
@LändlicherRaum

Über das Projekt: Ziele

Älteren Menschen* durch Information und Qualifizierung...

- › den Einstieg in das Internet erleichtern
- › selbstbestimmten Umgang befähigen
- › Hürden und Vorurteile abbauen
- › lokale Strukturen der Seniorenarbeit im Ländlichen Raum unterstützen und stärken

**über die Angehörigen, Betreuenden und Kommunen*



Wer steckt hinter dem Projekt?

LFK 
Die Medienanstalt für
Baden-Württemberg

vhs 
Volkshochschulverband
Baden-Württemberg

LMZ  LANDESMEDIENZENTRUM
BADEN-WÜRTTEMBERG

KATHOLISCHE
HOCHSCHULE FREIBURG
CATHOLIC UNIVERSITY
OF APPLIED SCIENCES FREIBURG 

universität
uulm
ZAWiW

Diakonie 
Württemberg


**Akademie
Ländlicher Raum**
BADEN-WÜRTTEMBERG

MKFS
MEDIEN
KOMPETENZ
FORUM
SÜDWEST 
STIFTUNG

verbraucherzentrale
Baden-Württemberg

 **Landesseniorenrat**
Baden-Württemberg e.V.

Netzwerk
sti
Baden-Württemberg

LandFrauenverbände

Gefördert
durch



Baden-Württemberg
MINISTERIUM FÜR ERNÄHRUNG, LÄNDLICHEN RAUM
UND VERBRAUCHERSCHUTZ



Kooperation: Digital Health Truck



KOORDINIERUNGSSTELLE TELEMEDIZIN
Baden-Württemberg

Mosbach,
Neckar-Odenwald-Kreis



Offenburg,
Ortenaukreis



2022
2023

Balingen,
Zollernalbkreis



Aalen,
Ostalbkreis



Projektphase 2024



Teilbereich Information



Gemeinsam für mehr Bildung
Volkshochschulverband Baden-Württemberg

Formate

- › Vorträge, Roll-up-Ausstellung
- › Kurse, Seminare, Praxiswerkstätten
- › Webinare

Orte

- › In Volkshochschulen
- › Bei Kooperationspartnern

Organisatorische Hilfe

- › Vermittlung von Kursleitenden zu Themen des digitalen Gesundheitswesens

Teilbereich Qualifizierung – LMZ

Schulung zu digitalen Gesundheitsbotschafter*innen (dGB)

Mit dem erlernten Wissen beraten und begleiten dGB ältere Bürgerinnen und Bürger und ihre Kommunen zu Themen der Internetnutzung und Nutzung digitaler Gesundheitsanwendungen.

Ziel:

Wissen weiterzugeben, selbständig Veranstaltungen umzusetzen, Teilhabe zu ermöglichen

Teilbereich Qualifizierung

- › Kostenfreie Schulung erfolgt in Präsenz oder online (10 Stunden)
- › Erfahrung mit der Nutzung digitaler Medien ist Voraussetzung
- › Praxisnah anhand eines ausgearbeiteten Curriculums

Modulhefte





Curriculum für digitale
Gesundheitsbotschafterinnen
und Gesundheitsbotschafter

Gesundheits- Apps

Nutzen und Anwendung

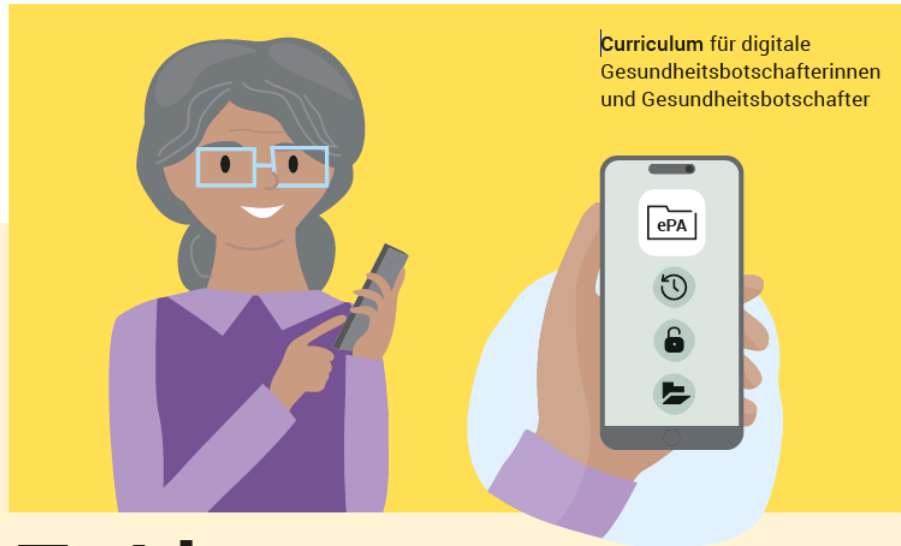


Curriculum für digitale
Gesundheitsbotschafterinnen
und Gesundheitsbotschafter

Telemedizin

Einstieg in die
Telesprechstunde





E-Akte

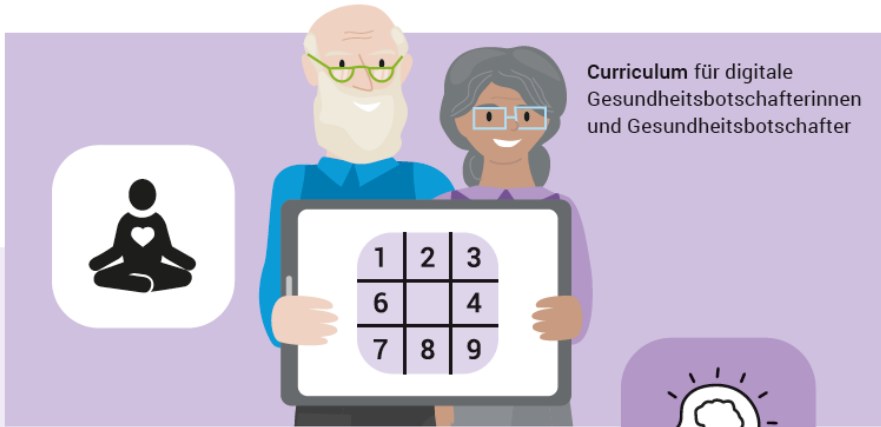
Elektronische
Patientenakte (ePA)



Wohnen im Alter

Mit digitaler Unterstützung





Apps für den Kopf

Mit digitaler Unterstützung gesund bleiben



Digitalisierung

im Gesundheitswesen aus ethischer Sicht

Online-Vortragsreihe Digitalisierung im Gesundheitswesen



gesund und digital
@LändlicherRaum

kostenfrei und ohne Anmeldung

Digitalisierung im Gesundheitswesen

DIGITALE ANGEBOTE – NEUE MÖGLICHKEITEN

Online-Vortragsreihe 2024
einmal monatlich von
18:00 – 19:30 Uhr

Die Impulsvorträge thematisieren Neuerungen im digitalen Gesundheitswesen. Teilnehmende benötigen ein Medium mit Internetanschluss. Fragen können Sie über die Online-Plattform [sli.do](https://www.sli.do) stellen. Weitere Informationen und Vorträge finden Sie unter: www.gesundunddigital.de



28. Februar	Digitales Gesundheitswesen – Welche Rahmenbedingungen braucht eine erfolgreiche Umsetzung?
27. März	Gesundheit, Internet und Datenschutz
24. April	Roboter als Pflegekraft und KI als Psychotherapeut*in – Wohin entwickelt sich die Digitalisierung des Gesundheitssystems?
29. Mai	Elektronische Patientenakte & E-Rezept – Was Sie wissen müssen
26. Juni	Leben mit digitaler Assistenz – Intelligentes Wohnen (AAL)
24. Juli	Künstliche Intelligenz im Gesundheitswesen
25. Sep.	Gesundheitsbezogene Online-Werbung – Gesund durch Pulver und Pillen?
30. Okt.	Gute Gesundheitsinformationen im Internet finden
20. Nov.	Digitale Anwendungen und KI in der Medizin – Der Computer als Arzt? Oder mehr Zeit fürs Wesentliche?

gesund und digital im Ländlichen Raum informiert ältere Menschen über digitale Anwendungen und Dienstleistungen insbesondere im Gesundheitswesen. Wir klären auf und unterstützen bei einem souveränen Umgang mit dem Internet, um die Selbstversorgung im Ländlichen Raum zu verbessern. Weiteres zum Projekt finden Sie unter www.gesundunddigital.de sowie unter 0711 66 99 126.



Online-Vortragsreihe 2024

überall nutzbar - zentrale Bewerbung mit Postkarte/online



- Feb.** Digitales Gesundheitswesen
- März** Gesundheit, Internet und Datenschutz
- April** Roboter als Pflegekraft und KI als Psychotherapeut*in
Wohin entwickelt sich die Digitalisierung des Gesundheitssystems?
- Mai** E-Akte & E-Rezept – alles was Sie wissen müssen
- Juni** Leben mit digitaler Assistenz – Intelligentes Wohnen & AAL
- Juli** KI im Gesundheitswesen
- Sep** Gesundheitsbezogene Online-Werbung
- Okt** Gute Gesundheitsinformationen im Internet finden
- Nov** Digitale Anwendungen und KI in der Medizin

Was bieten wir an? Wie geht es weiter?

- › **Umfangreiche Lehrmaterialien:** Das Programm stellt umfassende Lehrmaterialien bereit, die den Mentor/-innen helfen, ihre Schulungen effektiv durchzuführen und den Teilnehmenden verständlich zu vermitteln.
- › **Fortlaufende Online-Sessions für Mentor/-innen:** Regelmäßige Online-Treffen bieten allen Mentor/-innen die Möglichkeit, sich auszutauschen, neue Methoden/Inhalte kennenzulernen und Herausforderungen zu besprechen.

Was bieten wir an? Wie geht es weiter?

- › **Das Mentoren-Net:** Die Plattform fördert die Vernetzung der Mentor/-innen untereinander, den Erfahrungsaustausch.

- › **Fördermöglichkeiten für Vereine:** Das Programm bietet Vereinen die Chance auf finanzielle Unterstützung, um lokale Initiativen zur Förderung der Medienkompetenz bei Seniorinnen und Senioren umzusetzen.

Mentoren – Net

2025 E-Learning-Kurs geplant



Danke!

- › E-Mail: Senioren@LMZ-BW.de
- › Vortragender: Lukas Schega

- › Webseiten:
- › <https://www.lmz-bw.de/Senioren-Medienmentoren-Programm>
- › <https://www.lmz-bw.de/gesundunddigital>



Bild mit KI erstellt